DEZVOLTAREA SPORTULUI ȘI TURISMULUI SE REFLECTĂ ȘI ÎN INTERESUL CRESCÎND PENTRU CĂRȚILE DE SPECIALITATE

De vorbă cu directorul Editurii Sport – Turism, dr. GHEORGHE CONSTANTINESCU

Activitatea sportivă și turistică a cunoscut, în ultimii ani, o dezvoltare deosebită. Creșterea continuă a nivelului de trai a dus la o sporire considerabilă a interesului față de acest domeniu, interes care se manifestă fie prin practicarea directă a sportului sau turismului, fie prin dorința de a cunoaște amăr unte despre viața performerilor, despre marile competiții, despre frumusețile patriei sau ale altor țări. Pe plan editorial, acest interes este satisfăcut, în principal, de *Editura Sport-Turism*, care se străduiește să pună la îndemîna cititorilor lucrări cît mai multe și mai valoroase. Despre cartea de sport și turism, am avut o convorbire cu tovarășul dr. GHEORGHE CONSTANTINESCU, directorul editurii.

— Ținînd seama de dezvoltarea continuă a sportului și turismului, am dori să aflăm în ce măsură lucrările apărute sub egida Editurii Sport-Turism reflectă această creștere ?

— *Pentru a ține pasul cu continua dezvoltare a sportului și turismului din țara noastră, editura a căutat — și se străduiește în continuare — să reflecte cît mai bine, sub toate aspectele, această creștere, printr-o tematică diversă. În domeniul sportului, pe lîngă lucrările adresate maselor largi, avînd ca scop atragerea cetățenilor la practicarea exercițiilor fizice, a sporturilor, tematica editurii cuprinde și volume de tehnică și metodică, prin care căutăm să aducem în prim-plan atît experiența practică a cadrelor noastre tehnice, cît și ultimele realizări și cercetări pe plan mondial. Afluența către zonele montane ne-a determinat, spre exemplu, să îmbunătățim colecția „Munții noștri“, să ne preocupăm intens de tipărirea hărților, tot așa cum amploarea pe care o cunoaște turismul în sfera economicului ne-a obligat să ne îndreptăm atenția spre publicarea unor scrieri de cercetare privind teoria, organizarea și conducerea turismului.*

— În acest context, ce spațiu ocupă cărțile de beletristică sportivă în activitatea editurii ?

— *În activitatea editurii un rol de seamă îl joacă și lucrările de beletristică cu tematică sportivă, care, prin caracterul lor educativ, pilduitor, au rolul de a atrage tineretul la practicarea sportului, să formeze trăsături de caracter proprii sportivilor fruntași — ca perseverența în muncă, dăruirea pentru culorile patriei, abnegația, spiritul colectiv. Dintre acestea, amintim* „Secretele lui Patzaichin“, „Sub cupola parașutei“, „Însemnări din lumea sportului“, „Șut... goool !“, „Salvamontiștii — oameni între oameni“ *ș.a. Printr-o serie de cărți aflate în pregătire, vom completa tematica, îmbogățind-o cu noi „portrete“ sau „episoade“ din lumea atît de frumoasă și generoasă a sportului.*

— Prin diverse colecții, aparițiile dedicate turismului încearcă să cuprindă o arie cît mai largă de interes. Care vă sînt intențiile în această direcție ?

— *Vom acorda în continuare o atenție sporită seriei de* hărți montane *și* județene, *colecțiilor* „Munții noștri“, „Ghiduri județene“, „Itinerare turistice“ *și seriei* „Pe urmele lui...“. *În același timp, ne vom spori eforturile pentru tipărirea unor ghiduri cu caracter general, pe care cititorii le așteaptă de multă vreme. Avem în proiectele noastre cîteva asemenea titluri :* „România, ghid turistic“, „Ghidul cabanelor din România“, „Trasee turistice pentru tineret“, „Împrejurimile Bucureștilor“, „Ghidul litoralului românesc al Mării Negre“, *un ghid al peșterilor din România, unul al caselor memoriale etc.*

— În ce măsură, ținînd seama de progresul continuu al sportului și turismului, se află editura în pas cu noul ?

— *Progresul continuu al sportului și turismului face necesară urmărirea la zi a fenomenelor care ne preocupă pe linia educației fizice, sportului și turismului, ca și reflectarea lor în lucrările editurii, pentru a pune la îndemînă celor interesați cărți cu un conținut „la zi“. Avînd în vedere că, totuși, pe parcurs, în procesul redacțional și tipografic, unele din date și informații se perimează parțial prin apariția unor noutăți pe plan național, cît și internațional, editura este — am putea spune — într-o continuă cursă „contracronometru“, pentru a evita rămînerile în urmă. Și, în cea mai mare măsură, reușim...*

— V-am ruga, în încheiere, să ne spuneți ce lucrări ale editurii dv. vor putea găsi cititorii în lunile următoare în librării ?

— *În ceea ce privește viitoarele apariții, putem dezvălui cititorilor că în următoarele luni se vor găsi în librării, printre altele,* „Forța și sportul de performanță“, *o nouă ediție din* „Cartea radioamatorului“, „Filatelia și Jocurile Olimpice“, „Antichitatea greco-romană despre sport“, „Minivolei“, „Mică enciclopedie a jocurilor“, „Arta de a conduce automobilul“, „Partide alese“, „Legendele Olimpiei“. *Din domeniul turismului, amintim* „Munții Semenic“, „Ghidul Bucureștiului“, „Munții Perșani“ „Ghidul județului Cluj“, „Piatra Neamț“, „Constanța“ *ș.a. Menționăm, de asemenea, titlurile* „Itinerare arheologice moldovene“, „Valea Trotușului“, „Pe urmele lui Tudor Arghezi“.

Emanuel FÂNTÂNEANU

DIALOG cu cititorii

NEACȘU DRAGOMIR — Pitești. În parte, observațiile dv. cu privire la denumirile unor echipe și stadioane sînt juste. Dar să știți, nu federația de specialitate este aceea care „botează“ echipele cu nume de „Metalul“, „Petrolul“, „Chimia“, „C. S.“, „F.C.“ etc., ci forurile sportive locale, care nu se dovedesc totdeauna inspirate în astfel de ocazii. **„Poate — cum ziceți dv. în încheierea scrisorii — într-o zi toate se vor îndrepta“...**

GEANINA CORCODEANU — Cluj-Napoca. Așa este, gimnasta Nadia Comăneci este o mare campioană. Măiestria și talentul ei au uimit întreg mapamondul ; agențiile internaționale de presă și marile cotidiene au elogiat formidabilele ei performanțe. Sigur că vine și o zi cînd marii campioni se retrag din arenă. Este în firea lucrurilor... Evident, Nadia n-a ajuns încă aici, dar vă puneți întrebarea : „cine îi va lua locul ?“ După cum bine știți, Emilia Eberle și Dumitrița Turner au strălucit, la Dallas, pe firmamentul gimnasticii mondiale. La școala de gimnastică din Deva, unde lucrează excelenții antrenori Marta și Bela Karoly, se află alți și alți „fluturași“, care — cu siguranță — într-o zi își vor lua zborul spre marile performanțe ; după cum alte elemente de mare prespectivă se pregătesc și la alte cluburi și licee de specialitate. Sînt, deci, toate motivele să sperăm că urmașele Nadiei nu se vor lăsa mult așteptate.

S. VLADIMIR — Argeș. Problema disciplinei jucătorilor de fotbal a fost și este în atenția cronicarilor ziarului nostru. Nu știm însă dacă este atît de important ca, în cazul meciurilor televizate, cameramanii să insiste atît de mult asupra unor scene reprobabile, care nu fac nimănui nici o plăcere. Chiar dv. mărturisiți că vreți să urmăriți pe micul ecran numai faze spectaculoase, de bună calitate.

I. ARDELEAN — Brașov. De acord cu cuvintele frumoase la adresa echipei preferate și a harnicului și seriosului ei antrenor, Nicolae Proca. Așa este, F.C.M. Brașov respiră de pe acum „aerul“ Diviziei A. Am reținut promisiunea grupului de suporteri din care faceți parte, că veți face totul pentru a obține numai note de 10 la „trofeul sportivității“ ; dar să vă țineți de cuvînt și, dacă se poate, căutați să-i atrageți și pe alții în această competiție. La rîndu-ne, pregătim și noi condeiele pentru „grasele comentarii“ despre F.C.M. în Divizia A. În încheiere, un răspuns la prima întrebare pe care ne-ați adresat-o : atletul Beamon n-a abandonat imediat proba preferată ; el a încercat și în ’69, fără a se mai apropia de acea săritură de 8,90 m obținută la Ciudad de Mexico ; dimpotrivă, „șocat“ de acel 8,90, a sărit din ce în ce mai slab ; dezamăgit, a încercat să joace baschet, ca profesionist, dar fără succes.

Stelian TRANDAFIRESCU

„ȘI PRIN SPORT PUTEM STIMULA GÎNDIREA ȘI FANTEZIA“

(Urmare din pag. 1)

lificare, necesară economiei naționale. Educația fizică și sportul aduc un aport substanțial in acest sens, contribuind la sporirea capacității fizice a tineretului. Ele realizează mai mult : educînd pe practicanții lor în spiritul muncii dîrze, al corectitudinii, curajului, al abnegației față de culorile colectivului ce îl reprezintă ajung să cristalizeze asemenea calități care se vor manifesta și mai tîrziu, în activitatea de producție. Iată de ce acordăm educației fizice și sportului o tot mai mare atenție.

● **Ați organizat nu de mult consfătuiri comune ale directorilor de școli și profesorilor de educație fizică. Care a fost scopul lor ?**

— Consfătuirile și-au propus să facă cunoscute mai bine sarcinile conducerilor de școli în impulsionarea activității sportive a elevilor și, în același timp, și pe cele ale cadrelor didactice de specialitate, modalitățile de urmat pentru a realiza o cît mai strînsă colaborare. S-a văzut limpede că acolo unde directorul de școală sprijină din convingere educația fizică a elevilor și rezultatele sînt cele scontate, pornind de la organizarea gimnasticii de înviorare, dimineața, în cămine sau în recreații și pînă la descoperirea unor autentice talente. Aș putea oferi multe exemple din orașele Slobozia, Călărași, Fetești, ca și din alte localități ale județului. Mă gîndesc, însă, că este timpul ca toți directorii de școli să gîndească și să acționeze la fel, în același spirit. Avem un număr important de cadre didactice de specialitate (peste 170) cu o bună calificare, la orașe și chiar în mediul rural, astfel că există temeiuri pentru a continua acest flux, spre noi împliniri și în sport.

● **Am remarcat grija față de amenajarea unor spații pentru sport, sarcină care revine, de fapt, organizațiilor de pionieri și U.T.C. Cum înțelege inspectoratul școlar să încurajeze inițiativele din acest domeniu ?**

— Considerăm că nu putem solicita unui colectiv de elevi rezultate deosebite dacă nu îi asigurăm un minim de condiții o bază materială adecvată. În acest sens eforturile noastre, de a lărgi continuu baza materială a sportului școlar, se conjugă cu cele ale consiliilor populare, C.J.E.F.S., Comitetului județean U.T.C. și Consiliului județean al organizației pionierilor. Încurajăm toate inițiativele din această sferă, acum, de pildă, în cadrul unei acțiuni intitulată „Pentru cea mai frumoasă bază sportivă“ de la care nu trebuie să lipsească nici un colectiv de elevi. În același timp, ne îngrijim de completarea numărului de săli de sport, la Slobozia (inclusiv pentru Clubul sportiv școlar, care a și preluat o asemenea sală, aflată în curs de dotare cu instalațiile necesare), Călărași, Amara, Fetești și Țăndărei. Avem toată înțelegerea din partea organelor de partid pentru ca, treptat, toate școlile să poată dispune de spații corespunzătoare pentru joaca copiilor și pentru activitatea sportivă de masă. Dorim ca și prin sport să stimulăm gîndirea și capacitatea creatoare a tineretului studios, astfel ca acesta să poată participa activ la traducerea în viață a politicii partidului nostru, să fie deplin angajat la opera măreață de construire a societății noastre socialiste.

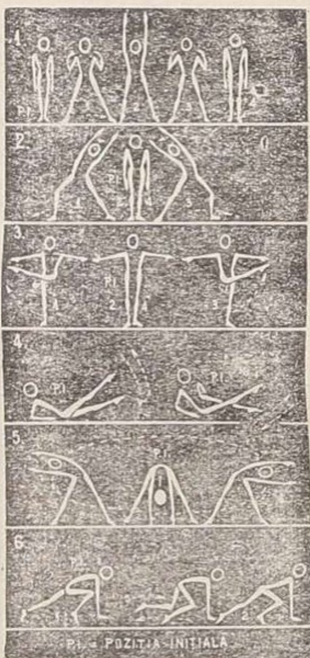
„GIMNASTICA ZILNICĂ PENTRU TOȚI“

Ținînd seama de sosirea primăverii, de creșterea temperaturii mediului exterior, dorim să recomandăm celor ce au aderat la practicarea zilnică a exercițiilor de gimnastică prezentate în „serialul“ nostru folosirea mai accentuată a factorilor naturali de călire — apa, aerul și soarele. Printr-o îmbinare judicioasă a mișcării cu aceste mijloace de călire veți beneficia de o stare plăcută de vioiciune, de vigoare și rezistență față de îmbolnăviri. Este știut că începutul primăverii este o perioadă prielnică pentru apariția mai accentuată a îmbolnăvirilor de gripă, de guturai, datorită înmulțirii mai ușoare a virușilor, a slăbirii organismului prin „devitaminizarea“ din timpul iernii, a lipsei contactului cu radiațiile ultraviolete și datorită oscilațiilor frecvente de temperatură exterioară, care ne păcălesc uneori în privința alegerii îmbrăcăminții adecvate. Cei care, în mod sistematic și gradat, și-au obișnuit organismul să suporte influența oscilațiilor de temperatură ambiantă, nu sînt afectați atît de ușor de îmbolnăviri.

Baza rezistenței crescute a organismului față de fenomenul de „răceală“ o reprezintă funcția perfecționată a „sistemului de termoreglare“ care, în pofida oscilațiilor temperaturii mediului ambiant, asigură corpului o temperatură constantă optimă, necesară funcționării normale. Prin folosirea unei îmbrăcăminți prea călduroase și ferirea excesivă a pielii de contactul direct cu aerul funcțiile reflexe ale adaptării organismului se reduc. Astfel, după o transpirație datorată accelerării pasului pentru a prinde tramvaiul, — de exemplu — urmată de un curent de aer rece s-a și instalat răceala.

Expunînd zilnic corpul la contactul direct cu aerul sau apa mai rece decît temperatura corpului — bineînțeles, în mod gradat — se creează o adaptare reflexă numită „călire“. Folosirea acestor factori, adică aerul și apa, stă la îndemîna oricui, la domiciliu. Dimineața, în timpul efectuării programului de înviorare, aerul proaspăt ce pătrunde prin geamul deschis și vine în contact cu pielea neprotejată de „șapte cojoace“, apoi spălatul cu apă rece pînă la brîu sau dușul cald terminat cu cel rece și frecționarea corpului cu un prosop aspru stimulează funcțiile circulației sanguine din piele și termoreglarea. La efectele binefăcătoare ale apei și aerului, odată cu încălzirea vremii, se adaugă și „băile de soare“, profitînd de influența pozitivă a razelor ultraviolete.

Experiența a confirmat utilitatea folosirii combinate a mișcării cu factorii naturali de călire, așa că recomandăm tuturor celor ce au început să folosească aceste mijloace simple dar eficiente de întărire și de păstrare a sănătății să continue aplicarea lor în activitatea zilnică, iar celor ce nu o fac încă, să o înceapă cît mai curînd.



COMPLEXUL Nr. 3

Cele cîteva minute necesare zilnic pentru gimnastică și călire se răsplătesc înzecit prin efectele lor minunate.

Exercițiul 1. **Din stînd 1 :** pas lateral spre stînga, cu ducerea miinilor la umeri ; 2 : ridicare pe vîrfuri, cu întinderea brațelor sus ; 3 : revenire în stînd depărtat cu miinile la umeri ; 4 : revenire în stînd ; 5–8 : aceeași, spre dreapta. (Se repetă de 8 ori).

Exercițiul 2. **Din stînd 1 :** fandare laterală spre dreapta, cu îndoirea laterală a trunchiului spre stînga, cu brațele sus ; 2 : revenire în stînd ; 3–4 : aceeași, spre stînga. (Se repetă de 8–10 ori).

Exercițiul 3. **Din stînd, cu brațele înainte — lateral 1 :** balansarea piciorului stîng la brațul drept ; 2 : revenire ; 3–4 : aceeași, cu piciorul drept. (Se repetă de 8–10 ori).

Exercițiul 4. **Din culcat sprijinit pe antebrațe,** picioarele ridicate la 45°, forfecări de picioare în plan vertical, pauză cu respirații profunde, apoi forfecări în plan orizontal. (Se repetă de 10–15 ori).

Exercițiul 5. **Din stînd depărtat** cu trunchiul îndoit înainte, rotări ample de trunchi cu brațele sus. (Se repetă de cîte 5–8 ori în ambele sensuri).

Exercițiul 6 : **Din sprijin ghemuit** cu un picior întins înapoi, schimbarea picioarelor prin săritură. (Se repetă de 8–10 ori).

Indicații : Pentru creșterea eficienței exercițiilor, vă recomandăm să le executați cu amplitudine maximă, în planurile indicate în descriere și cu coordonarea respirației.

— *Între exerciții, intercalați pauze scurte, de 10—15 secunde, în care executați 2—3 respirații profunde și mișcări de relaxare.*

FESTIVALUL SPORTURILOR DE IARNĂ PENTRU PIONIERII SIBIENI

Stațiunea Păltiniș a fost, timp de trei zile, gazda Festivalului sporturilor de iarnă al pionierilor, manifestare înscrisă sub genericul „Daciadei“, organizată de Consiliul județean Sibiu al organizației pionierilor. Întrecerile, la care au participat 160 de pionieri din întreg județul, s-au desfășurat la schi fond, tir și o probă de prim-ajutor (sanitară). Iată primii clasați : proba sanitară, fete : 1. **Luciana Oros** (Săliște), 2. Ermma Abuseanu (Șc. gen. 5 Mediaș), 3. Doris Detschelt (Șc. gen. 3 Cisnădie) ; băieți : 1. **Michael Knal** (Roșia), 2. Valeriu Cioboată (Roșia) ; 3. Dan Damaschin (Bazna) ; tir combinat cu schi fond, fete : 1. **Minodora Aldea** (Șc. gen. 15 Sibiu), 2. Doris Detschelt (Cisnădioara), 3. Gabriela Chmara (Șc. gen. 5 Sibiu) ; băieți : 1. **Mihael Sallmen** (Șc. gen. 15 Sibiu), 2. Klaus Titles (Șc. gen. 16 Sibiu), 3. Silviu Bogdan (Șc. gen. 16 Sibiu). (**Ilie IONESCU** — coresp.).

AUTOMOBILIȘTI ROMÂNI ÎN „RALIUL IUGOSLAVIEI“

S-a încheiat **„Yu Rallie“** (Raliul Iugoslaviei), competiție automobilistică internațională — etapă în campionatul Europei de raliuri și campionatul balcanic de raliuri — la care au luat parte și 3 echipaje românești. În raliul cîștigat de cuplul ungar **A. Ferjancz — I. Tandari** (Renault 5 Alpin), echipajul român **A. Szalai—I. Mălăuț** a ocupat locul 10 în clasamentul general. În campionatul balcanic (cu clasamente separate), la clasa 1300 cmc, grupa 2 (mașini transformate), cuplurile românești s-au clasat pe primele locuri : 1. **A. Szalai — I. Mălăuț**, 2. **L. Balint — M. Panaite**, 3. **I. Olteanu — P. Vezeanu**, pe autoturisme Dacia 1300. Tot în Campionatul balcanic, România a ocupat locul 3 pe națiuni, după Bulgaria și Iugoslavia, și locul 2 pe mărci de fabrică.